

## SOCIEDAD

La Asociación de Diabéticos Ferrolterra impartirá a partir del 13 de marzo varios cursos de repostería que facilitará la elaboración de menús aptos para personas con esta enfermedad. En todas las recetas se empleará un edulcorante que sustituye en su totalidad al azúcar.

# Cómo preparar repostería apta para las personas con diabetes

### Los productos elaborados reducen en un 30% la cantidad de calorías ingeridas

MENCHA BLANCO LIAÑO > FERROL

■ Bizcochos con pasas, tarta de queso, pastas rellenas de trufas, magdalenas espolvoreadas con cacao sin azúcar, bombones o chocolate elaborado con leche desnatada son sólo un pequeño ejemplo de los postres que uno puede hacer aun siendo diabético. Y es que todos estos productos están perfectamente recomendados para personas con diabetes gracias a la utilización de un nuevo edulcorante, "Sugarsol", que ayer presentó la Asociación de Diabéticos Ferrolterra.

Fue en el marco de un nuevo curso de repostería que organiza la entidad bajo la dirección de Pedro García en el Centro de Formación José Rubio Gascón y en el que participarán un máximo de diez personas por curso —algunos de ellos serán intensivos durante los fines de semana—.

José Martínez, secretario de la entidad, explicó ayer que con este

producto, que no se comercializa —la asociación lo facilitará a los socios que lo soliciten— es posible "elaborar todo tipo de postres exactamente igual que si se utilizara azúcar" e indicó que "al estar perfectamente calibrados los productos, los enfermos saben la cantidad de hidratos, proteínas y grasas que van a ingerir".

Por este motivo, la asociación no ocultó su satisfacción al poder contar con un edulcorante que podrá "ofertar algo más a los diabéticos, menús más variados que incrementarán su calidad de vida". Y es que, tal y como expuso Pedro García, director de la Escuela de Formación de Pastelería, si bien antes el círculo "era muy reducido" éste ahora se ha abierto.

"Encontré este edulcorante con el que el abanico de productos para elaborar se amplió, pues permite sustituir paso por paso el azúcar", explicó Pedro García, subrayando que "Sugarsol no se puede



Algunos de los productos que los participantes en el curso aprenderán a elaborar

CARLOS CARBALLERA

## EDULCORANTE

El número de calorías por gramo del edulcorante Sugarsol que se empleará en el curso es de 2,4

comprar en ningún sitio ni lo venderá la asociación —su precio es de 9 euros el kilo—. De todas formas, la entidad será la primera en Galicia que lo facilite a quienes lo demanden.

**Paliar necesidades** > Maite Gómez Bouzamayor, enfermera dietista del hospital Arquitecto Marcide, recordó ayer que "casi siempre los diabéticos desean aquello

que no pueden tomar" por lo que el nuevo producto permitirá elaborar recetas que "palién sus necesidades". Eso sí, incidió en que "esto no significa que puedan tomar estos postres de forma cotidiana" y destacó el sabor "menos artificial" que se logra con este edulcorante. Asimismo, afirmó que "es muy gratificante" su utilización, especialmente con los niños, siempre recordando que "no es para todos los días" y que "no interrumpe el buen control de la diabetes".

Por su parte, el concejal de Sanidad del Ayuntamiento de Ferrol, Vicente Lorenzo Luque, recordó la "obligación del Concello" de ayudar en este tipo de iniciativas que "mejora la calidad de vida de un colectivo muy amplio, como es el de los diabéticos".

## ■ APUNTE

### Una "fotocopia exacta" del azúcar

■ Hacer un flan con caramelo será pues, posible, así como tomar un café con este edulcorante que, tal y como quedó ayer de manifiesto en la presentación del curso, "hace una fotocopia exacta de lo que es el azúcar". Su textura es la misma que la de los productos elaborados sin este sustitutivo. Además aporta 2,4 calorías por gramo y su índice glucémico es bajo.